

تثبت على
سميرة TV

جلسات نج الزاوية
جميع نساء الجزائر
www.jalasatdz.com

Samira TV



شيف

فكر دس

خاص
بالمقبلات

فارس حيدى

جلسات نج الزاوية
جميع نساء الجزائر
www.jalasatdz.com

Edition
La Plume

جلسات خنثريه
www.jalasat.com

Vous trouverez chez votre libraire
dans la même Edition



Essayer nos recettes

Pour le plaisir de cuisiner

جلسات خنثريه
www.jalasat.com

نجم نساء الجزائر



8
محشية باللحم المفروم و الجبن
Serpentine à la viande hachée et fromage



6
كربات الارز بالجبن
Boulettes de riz au fromage



4
موفان بالدجاج و الأعشاب
Muffins au poulet et aux herbes



2
كعكة الجبن بالأعشاب
Tourte de fromage aux herbes



16
نصيدة البندلة
Purée de petits pois



14
حساء القرع (الكابوت)
Potage de citrouille



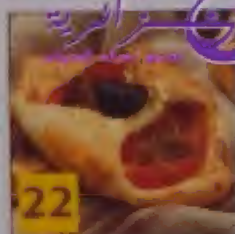
12
كعكة الفطائر بالسلق
Tarte de crêpes aux épinards



10
فطيرة بالبصل
Tourte à l'oignon



24
خبز دق بالدجاج و الجبن
Pain sauté au poulet et fromage



22
فطائر الطماطم
Tartelettes de tomates



20
حلالات الجبن
Croissants au fromage



18
سوفلي الجزر
Soufflé de carottes



32
طاجين الدجاج بالزيتون
Touje de poulet aux olives



30
نمعة ايطالية
Zucchini italienne



28
حساء البطاطا و البصل
Soupe de pommes de terre et oignon



26
فطائر صغيرة بالدجاج
Muffins au poulet



www.jalad.com
11, rue de la République, 1000 Montréal, Québec H2X 1K1
Tél: 514 392 1111
Fax: 514 392 1112

Site web: www.jalad.com

Tous droits réservés. Toute réimpression ou utilisation non autorisée sans la permission écrite de la Fares est formellement interdite.

جلسات خبز آثريه

كعكة الجبن بالأعشاب

Tourte de fromage aux herbes



في وعاء، خلطي مسحوق الخبز الجاف مع الزيت حتى تحصلي على عجينة متناثرة ثم صعيها في قالب دائري و اذليه فرن بدرجة حرارته 180° لمدة 15 دقيقة.

Dans un saladier, mélanger la chapelure avec le beurre jusqu'à l'obtention d'une pâte sablée puis verser la pâte dans un moule rond et enfourner à 180°C pendant 15 minutes.



في وعاء، خشي البيض ثم تبلي بالملح و القليل الأسود و اخفقي جيداً. اصلي الجبن الأبيض و اصلي الخلط.

Dans un bol, mettre les œufs puis saler et polver et bien battre. Ajouter le fromage blanc et continuer à battre.



في الأخير اصهي القريمة الطازجة مع مة الصلصة الخلط ثم صسي الخليط على عجينة مسحوق الخبز الأبيض و اعيدي القالب إلى الفرن لمدة 40 دقيقة.

عندما تبرد الكعكة صعيها في الثلاجة لمدة ساعتين ثم زينها بالمحتويات و صعيها.

A la fin, ajouter la crème fraîche en continuant à battre puis verser le mélange sur la pâte chapelure et remettre le moule au four pendant 40 minutes. Une fois la tarte refroidie, la mettre dans le frigo pendant 2 heures et décorer avec le persil et servir.

المكونات

- 1 كوب مسحوق الخبز الجاف
- 80 g زبدة
- 100 g جبن أبيض
- 120 ml كريم طازجة
- 3 بيض
- ملح و قليل أسود
- ملعقة كبيرة ملحون مجفف

INGREDIENTS

- 1 verre de chapelure
- 80 g de beurre
- 100 g de fromage blanc
- 120 cl de crème fraîche
- 3 œufs
- Sel, poivre
- 1 cuillère à soupe de persil ciselé



جلسات ج زائرية
www.jessava.com
لجميع نساء الجزائر

جلسات ج زائرية
www.jessava.com
لجميع نساء الجزائر

جلسات ج زائرية
www.jessava.com
لجميع نساء الجزائر



موفان بالدجاج و الأعشاب

Muffins au poulet et aux herbes



أضيفي الفريشة و الخميرة الكيميائية و الزعتر البري ثم صعي المعجنوس و الدجاج المفقت و في الأخير صعي الخبز المسال.

Ajouter la farine, la levure chimique, l'origan puis ajouter le persil, le poulet émietté et à la fin le pain trempé.



في وعاء صعي الخبز و يلقى بالزيت حتى يصبح طريدا.

Dans un bol, mettre le pain et le tremper avec le lait caillé jusqu'à ce qu'il devienne mou.



صبي المعجينة داخل قوالب صغيرة بالحوايات الورقية و اخلطها فرن درجة حرارته 180° لمدة 30 دقيقة.

Verser la pâte dans des moules à muffins avec caissettes et les enfourner à 180°C pendant 30 minutes.



في وعاء، صعي الدجاج المطهر و الفريشة و البيض و اخلطي الكل بالمضرب اليدوي.

Dans un bol, mettre le poulet cuit, la farine l'oeuf et mélanger avec un fouet.



أضيفي الزيت و صعي الأبيض ثم يلقى بالزيت و العسل الأسود.

Ajouter l'huile, le fromage blanc puis saler et poivrer.

المقادير

- 100 غ من البيض
- 100 غ من الزيت
- الزيت و العسل
- 200 غ دجاج مطهر
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 200 غ فريشة
- 3 ملاعق كبيرة زبد ناعم
- 1/2 ملعقة صغيرة زعتر بري
- 1/2 ملعقة صغيرة زعتر بري
- 2 ملاعق كبيرة معجنوس هرجي
- قليل أسود
- ملح
- 1/2 ملعقة صغيرة خميرة كيميائية
- 1/2 ملعقة صغيرة بيكربونات
- 1 بيتر

INGRÉDIENTS

- 100 g fromage blanc
- 100 g pain rassis
- 1 verre lait caillé
- 200 g poulet cuit
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 200 g de farine
- 3 cuillères à soupe d'origan d'ore
- 7/2 cuillère à café de thym séché
- 1/2 cuillère à café d'origan
- 2 cuillères à soupe de persil ciselé
- Sel, poivre
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 1 cuillère à café de bicarbonate
- 1 œuf



كريات الأرز بالجبن Boulettes de riz au fromage



في وعاء ضعي الأرز المطهو ولفي بالملح و الفلفل الأسود.
Dans un bol, mettre le riz cuit puis saler et poivrer.



قلى الصل مع الدجاج المقطع إلى مكعبات، و ورقة الزند و التركيبة يستوي.
عندما يستوي الدجاج اضيفيه إلى الأرز.
أخلطي جيدا.

Faire revenir l'oignon avec le poulet en cubes,
la feuille de laurier et laisser cuire.
Une fois le poulet cuit l'ajouter au riz.
Bien mélanger.



خذي كمية من الأرز و استطيها على يدك ثم ضعي قطعة من الجبن الأبيض و شطلي كرية
قلى كريات الأرز في الزيت الساخن حتى تكتسب لونا ذهبيا.
Prendre un peu de riz, l'abaisser sur la main et mettre un morceau
de fromage blanc puis former une boulette.
Faire les boulettes de riz dans de l'huile chaude jusqu'à dorer.

جلسات خبز أثرية
المصاحدين

- صدر دجاج
- 1 بصلة متوسطة الحجم
- ورقة زند
- 800 غ أرز أبيض متلويح
- 100 غ جبن أبيض
- فلفل
- ملح
- زيت لتقلي

INGRÉDIENTS

- 1 blanc de poulet
- 1 oignon moyen
- 1 feuille de laurier
- 800 g de riz blanc cuit
- 100 g de fromage blanc
- Fلفل
- Sel
- Huile pour frire

جلسات جرائد
لجمع نساء الجزائر
www.Jalasalat.Com



جلسات جرائد
لجمع نساء الجزائر
www.Jalasalat.Com

مخبزة باللحم المفروم و الجبن

Serpentine à la viande hachée et fromage

جلسات خبز اثيرية
www.Jalasalat.com



تسمى الخبز ابيض المخبوزة في حبيبة القمح
المذهونة بقرية خبز ابيض على شكل
مخبزة

Mettre les boudins farcis dans un moule rond huilé jusqu'à l'obtention de la forme de boudin.

حشوي المخبزة في وعاء حشوي القريية
و الملح و الفلفل المطبق و القمح و الزيت
و باقي البقايا حتى تحصل على خبز
مخبزة

Préparer la pâte : Dans un bol mettre la farine, le sel, le lait en poudre, la levure et l'huile. Mouiller avec l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.



أطلق سطح المخبزة بالبيض و اوف
السلح و المخبز من فوق ثم أطلق الفلفل
قرون درية حرارة 180° حتى اسوي
المخبزة و تقليب اودا اجمدا

Badigeonner la surface de boudin au
d'oeuf et parsemer dessus le sésame
noir et blanc puis enfourner à 180°C
jusqu'à cuisson et dorure.

تسمى المخبزة في وعاء و اتركها لتتخلى حتى
تتساقط جميعها

Mettre la pâte dans une saladière et
laisser reposer jusqu'à ce qu'elle
double de volume.



تسمى المخبزة إلى أربعة أجزاء و شكلها
حربوش طويل ثم اسطبه بالماء و حشوي
للحم و الجبن على طول الحربوش

Diviser la pâte en quatre et former un
long boudin puis abaisser et mettre
la viande et le fromage à la longueur
du boudin.

المقادير

• المخبزة :

- 300 g فانيلا
- ملعقة كبيرة سكر
- 1 لتر ماء
- ملعقة كبيرة ملح
- 1 ملعقة كبيرة زيت الزيتون
- 1 ملعقة صغيرة سكر
- ملح

• الحشو :

- 400 g لحم مفروم
- ملح و فلفل أسود
- 100 g جبن ابيض

• التزيين :

- 1 بيضة
- جلجلان و ساجوج

INGREDIENTS

• La pâte :

- 30 g de farine
- 1 cuillère à soupe de levure boulangère
- 1 verre d'eau
- 1 cuillère à soupe de lait en poudre
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à café de sucre
- Sel

• La farce :

- 400 g de viande hachée
- Sel, poivre
- 100 g de fromage blanc

• Décoration :

- 1 œuf
- Sésame noir
- Farins de sésame

جلسات خبز أثرية
لجميع نساء الجزائر
www.Jalasatdz.Com



جلسات خبز أثرية
لجميع نساء الجزائر
www.Jalasatdz.Com

فطيرة بالبصل

Tourte à l'oignon



مسي الحشو على العجينة في القالب
و غطيا بالعجينة التالية

Verser la farce sur la pâte dans le moule et couvrir avec le deuxième disque.



حضري العجينة، ضعي الزيت في وعاء
مع الملح و الزيت و اخسعي بالماء حتى
تحصلني على عجينة متماسكة.

Préparer la pâte, mettre la farine dans un bol avec le sel et le beurre. Ramasser avec l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.



أطلي السطح بالبيض و ادخلي الفطيرة
فرن درجة حرارته 180° لمدة 45 دقيقة.

Badigeonner la surface de la tourte d'œuf et enfourner à 180°C pendant 45 minutes.



أبسطي العجينة و قسميها إلى قرصين. ضعي
القرص الأول في قالب دائري مدهون بالزيت.

Abaissier la pâte et la couper en deux disques. Mettre le premier disque dans un moule rond beurré.



ضعي اللحم المرعي المطهي مع البصل في
وعاء و اضيفي الجبن الأبيض و البيض
و الكريمة الطازجة.

Mettre la viande hachée cuite avec l'oignon dans un bol et ajouter le fromage blanc, les œufs et la crème fraîche.

المقادير

• الحشوا

• 4 بصل

• ملعقة كبيرة زيت

• 150 غ من البيض

• 2 بيض

• 1 صغار جبن

• 20 سل الزبدة طازجة

• ملح و فلفل أسود

• رشة جوزة الطيب

• العجينة:

• 300 غ طرية

• 150 غ زبدة

• ملعقة كبيرة ماء

• 1/2 ملعقة صغيرة ملح

INGRÉDIENTS

• La farce :

• 4 oignons

• 1 cuillère à soupe de beurre

• 150 g de fromage blanc

• 2 œufs

• 1 blanc d'œuf

• 20 cl de crème fraîche

• Sel, poivre

• 1 pincée de noix de muscade

• La pâte :

• 300 g de farine

• 150 g de beurre

• 1 cuillère à soupe d'eau

• 1/2 cuillère à café de sel

جلسات نجز الشربة
www.Jalasat.net
لجمع نساء الجزائر

جلسات نجز الشربة
www.Jalasat.net
لجمع نساء الجزائر

كعكة الفطائر بالسلق

Tarte de crêpes aux épinards



أخلطي السلق المعلى مع الجبن و الحليب و أطلي الفطائر بهذا الحشو و ركبها الواحدة فوق الأخرى.

Mélanger les épinards bouillis avec le fromage et le lait et étaler les crêpes avec ce mélange puis les monter l'une sur l'autre.



حضري عجينة الفطائر: في وعاء مسطح افريني و الملح و السكر و الزيت.

Préparer la pâte à crêpes : Dans un bol, mettre la farine, le sel, le sucre et l'huile.



أضفي البيض و باقي العجينة بالخلط حتى نحصل على عجينة فطائر سائلة. التركيبا لارتفاع لمدة 30 دقيقة ثم أطهي الفطائر في مقلاة مدبوبة بالقليل من الزيت.

Ajouter les œufs et mouiller la pâte avec le lait jusqu'à l'obtention d'une pâte liquide.

Laisser reposer 30 minutes puis cuire les crêpes dans une poêle légèrement huilée.



ثري الجبن المشور على السطح أدخلني كعكة الفطائر فرن بدرجة حرارته 180° لمدة 15 إلى 20 دقيقة.

Parsemer la surface de fromage. Enfourner la tarte de crêpes à 180°C pendant 15 à 20 minutes.



المقادير

العجينة

- 50 مل حليب
- 250 غ فريشة
- 2 بيض
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- ملعقة صغيرة ملح
- ملعقة كبيرة سكر

الحشو:

- 2 زبقات سلق
- 2 ملاعق كبيرة زبدة
- 40 غ حليب
- 200 غ جبى أبيض
- 2 بيض
- 20 مل صلصة الطماطم

التزيين:

- جبن مبشور



INGRÉDIENTS

• La pâte :

- 50 cl de lait
- 250 g de farine
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à soupe de sucre

• La farce :

- 2 bottes d'épinards
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 40 cl de lait
- 200 g fromage blanc
- 2 œufs
- 30 cl de sauce tomate

• Décoration :

- Fromage râpé

جلسات جرائد
www.Jalasz.Com

تجمع نساء الجزائر

جلسات جرائد
www.Jalasz.Com

تجمع نساء الجزائر

حساء القرع (الكابويا) Potage de citrouille



في كسرولة، ذوبي الزبدة و أضيفي البصل المقطع رقيق لينضج.
Dans une casserole, faire fondre le beurre et y revenir l'oignon émincé.



أضيفي الجزر و القرع (الكابويا) المقطعة الى مكعبات.
Ajouter les carottes et la citrouille coupées en cubes.



جلسات خبزائرية لحوم نساء الجزائر

أضفي البصل و الفلفل الأسود و جوزة الطيب مر في بحوالي لتر من الماء و اتركي الطنجرة على النار لمدة 30 دقيقة.
في الأخير أضيفي الحنّ الأبيض و قميها سلقنة مع القليل من الحشيش.
Salier et poivrer et parsemer de noix de muscade. Arroier d'environ un litre d'eau et laisser mijoter pendant 30 minutes.
A la fin, ajouter le fromage blanc et servir chaud parsemé de coriandre.

• 1 كغ قرع (كابويا)

• 8 جزر

• 1 بصل

• ملعقة كبيرة زبدة

• ملح و فلفل أسود

• جوزة الطيب

• 100 غ جبنة أبيض

• 2 ملاعق كبيرة زيت

INGRÉDIENTS

• 1 kg de citrouille

• 3 carottes

• 1 oignon

• 1 cuillère à soupe de beurre

• Sel, poivre

• Noix de muscade

• 100 g de fromage blanc

• 2 cuillères à soupe d'huile

جلسات نج زائرية
www.Jalasatdz.Com

جلسات نج زائرية
www.Jalasatdz.Com

عصيدة الجلبانة

Purée de petits pois

جلسات ج زائرية

لجميع نساء الجزائر



1

على الجلبانة في الماء المملح و أرحبها في الخلاط ثم صبها في وعاء
و اسحق البيض الأبيض.

Faire bouillir les pois cassés dans l'eau salée puis mixer dans un
mixeur et verser dans un bol et ajouter le fromage blanc.



2

على الملح و الفلفل الأسود و الكمون.

Saler et poivrer et parsemer de cumin.

جلسات ج زائرية

لجميع نساء الجزائر



3

أضفي الطوب و حركي حتى تحصل على عصيدة كثيفة تقدم ساخنة.

Ajouter le lait et remuer jusqu'à l'obtention d'une purée épaisse.
Servir chaud.

المقادير

• 500 g من حبوب البازلاء

• 200 g من جبن أبيض

• ملح

• فلفل أسود

• كمون

• طوب



INGRÉDIENTS

• 500 g de pois cassés

• 200 g de fromage blanc

• Sel, poivre

• Cumin

• Lait

جلسات نج زائرية
www.Jalasatiz.Com

جلسات نج زائرية
www.Jalasatiz.Com

سوفلي الجزر

Poufflé de carottes

جلسات نجز اثرية

لجميع مناسبات العشاء



ادخل كسرولة صفي الحليب و الزبدة و القلي بالملح و الفلفل الأسود.

Dans une casserole, mettre le lait et le beurre.
Saler et poivrer.



اضيفي الزبدة و حبة البيض.
صفي الكسرولة على النار مع الخلط حتى تحصلي على صلصة بيتشاميل كثيفة.

Ajouter la farine et l'œuf.
Mettre la casserole sur le feu et remuer jusqu'à l'obtention
d'une béchamel épaisse.

جلسات نجز اثرية

لجميع مناسبات العشاء



اضيفي الجزر الناعم على النار و العرشي الى صلصة البيتشاميل و اضيفي الحين الأبيض.
صفي الخليط في قوالب صغيرة و اخلطها العرشي لمدة 30 دقيقة.

Ajouter les carottes cuites à la vapeur et écrasées en purée à la béchamel
puis ajouter le fromage blanc.

Verser le mélange dans des moules carrés et enfourner pendant 30 minutes.

المقادير

- 30 cl لبن
- 2 ملاعق كبيرة زبدة
- 2 ملاعق كبيرة ارينة
- ملح و فلفل اسود
- 4 جزر
- 100 غ من الجبن الابيض
- 1 بيض

INGRÉDIENTS

- 30 cl de lait
- 2 cuillères à soupe de farine
- 2 cuillères à soupe de beurre
- Sel, poivre
- 4 carottes
- 100 g de fromage blanc
- 1 œuf

جلسات نجزائية
نجمع نساء الجزائر
www.jalasatdz.com



جلسات نجزائية
نجمع نساء الجزائر
www.jalasatdz.com

هلاات الجبن Croissants au fromage

جلسات خبز ائرية



التي التواتر حتى يغطي الشو كلها
و اطي السطح بالبيض المخفوق
Pier les ronds et couvrir la surface d'oeuf
légèrement battu.



حضري العجينة: في وعاء ضعي القرفة
و الملح و صفار البيض و الزبدة اللينة
و اطي العجينة بالخلط
Préparer la pâte : Dans un bol
mettre la farine, le sel, le jaune d'oeuf
et le beurre fondu.
Mouiller la pâte avec le lait.



نري الجلاات على السطح و اطي
الهلاات الفرن لمدة 25 الى 30 دقيقة
Parserrer la surface de sésame et
enfourner les croissants
pendant 25 à 30 minutes.



أبسطي العجينة و قطعها الى دوائر ثم ضعي
ملعقة من اللحم المفروم و قطعة من
الجبن الأبيض

Abaisser la pâte et la découper en
ronds puis mettre une cuillère de
viande hachée cuite et un morceau
de fromage blanc.

المقادير

- العجينة :
- 2 كوب دقيق
- 1 كوب زبدة ذائقة و باردة
- 1 صفار بيض
- 4 ملاعق شاي ماء
- 3 ملاعق ملح

الحشو :

- 2 قطع من اللحم
- 1 ملعقة معقدوس مطبوخ رفيع
- 1 بيض
- 2 فصص ثوم
- 2 ملاعق صغيرة زيت
- ملح
- 200 غ لحم مفروم



INGRÉDIENTS

• La pâte :

- 2 verres de farine
- 1/2 verre de beurre fondu froid
- 1 jaune d'oeuf
- 4 cuillères à soupe d'eau
- 3 pinces de sel

• La farce :

- 2 morceaux de fromage blanc
- 1 bouquet de persil ciselé
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile
- Sésame
- 200 g de viande hachée

جلسات خبز ائرية

جلسات خزناترية
www.Jalasatdz.Com
لجمع نساء الجزائر

جلسات خزناترية
www.Jalasatdz.Com
لجمع نساء الجزائر

خبز نان بالدجاج و الجبن Pain naine au poulet et fromage

جلسات خبز اشرية
www.Jalassat.com



أطلي الجبن الأبيض على القرص الأول ثم صعي حشو الديك الرومي المغطى.

Étaler le fromage blanc sur le premier disque puis verser dessus la farce de dinde cuite.



في وعاء، صعي الفريشة و الملح و الخميرة الكيماوية و السكر و خميرة الخبز و الزيت و الياغورت الطبيعي. يثلي بالماء حتى نحصل على عجينة طرية. اتركها تخمر.

Dans un bol, mettre la farine, le sel, la levure chimique, le sucre, la levure boulangère, l'huile et le yaourt nature. Mouiller avec l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte molle. Laisser fermenter.



غطي الحشو بالقرص الثاني و المصفيه جيدا و أطهي الفطيرة في الملاقا على 35° أو حتى.

Couvrir avec le deuxième disque et bien coller puis cuire la galette dans une poêle sur les deux faces.



عندما تخمر العجينة أسطحها و قطعها إلى قرصين كبيرين كما هو مبين على الصورة.

Une fois la pâte levée, abaissez et coupez en deux grands disques, comme sur la photo.

المقادير

- العجينة :
- 150 غ فريشة
- ملعقة كبيرة خميرة الخبز
- ماء (حسب الحاجة)
- 1 باقوريت طبيعي
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1/2 ملعقة صغيرة خميرة كيماوية
- 1 ملعقة صغيرة سكر
- 1/4 ملعقة كبيرة ملح

الحشو :

- 100 غ ديك الرومي
- 100 غ صدر الديك الرومي
- زيتة صغيرة معدنيون
- زيتة صغيرة حبيش
- ملح و فلفل أسود
- كمون و فرفرة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- زبدة لدهن الخبز



INGRÉDIENTS

• La pâte :

- 150 g de farine
- 1 cuillère à soupe de levure boulangère
- Eau (selon besoin)
- 1 pot de yaourt nature
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1/2 cuillère à café de levure chimique
- 1 cuillère à café de sucre
- 10 cuillère à soupe de sel

• La farce :

- 100 g de fromage blanc
- 100 g de blanc de dinde
- 1 bouquet de persil
- 1 bouquet de coriandre
- Sel, poivre
- Cumin et cannelle
- 2 cuillères à soupe d'huile
- Beurre pour tartiner le pain

جلسات خبز اشرية
www.Jalassat.com

جلسات نج الزهرية
لجمع نساء الجزائر
www.jalabatiz.com



جلسات نج الزهرية
لجمع نساء الجزائر
www.jalabatiz.com

جلسات خبز ائرية

فطائر صغيرة بالدجاج

Muffins au poulet



أطهى الدجاج مع المقادير المذكورة أعلاه
ثم أضفها إلى خليط البيض و القريبه
Cuire le poulet avec les ingrédients
susmentionnés puis l'ajouter au
mélange oeufs et farine.



في وعاء ضعي البيض و القريبه
و اخلطي جيدا
Dans un bol, mettre les oeufs
et la farine
Bien mélanger.



صبى الخليط المحضر داخل قوالب صغيرة
و اخبزها فرن درجة حرارته 180°
لمدة 30 دقيقة
Verser le mélange préparé dans des
moules à muffins (silicone) et
enfourner à 180°C
pendant 30 minutes



أضيفي الحليب و الجبن الأبيض
مع مرصلة الطحمر تبلي بالملح
و الفلفل الأسود
Ajouter le lait et le fromage blanc
tout en continuant à battre.
Saler et poivrer.

المقادير

- 2 قطع دهن
- 80 غ فريته
- 3 بيض
- 80 مل حليب
- 200 غ صدر الدجاج
- 3 طماطم مقطعة إلى شريعات صغيرة
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- 1 بصلة مقطع صغير
- معقدون
- ملح و فلفل أسود

INGRÉDIENTS

- 2 morceaux
- 80 g de farine
- 3 oeufs
- 40 cl de lait
- 200 g de blanc de poulet
- 3 tomates en dés
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 1 oignon ciselé
- Persil
- Sel, poivre

جلسات خبز ائرية

جلسات جرائد
لجمع نساء الجزائر
www.Jalasatdz.Com



جلسات جرائد
لجمع نساء الجزائر
www.Jalasatdz.Com

حساء البطاطا والبصل

Soupe de pommes de terre oignon

جلسات خبز اثيرية
www.jalsat.com



1

نضع صغرة نوري الزيت و قلى البصل المقطع الى مكعبات

Dans une terrine, faire fondre le beurre et y faire revenir l'oignon en cubes.



2

نضيف مكعبات البطاطا و نثني بقلنج و القليل الاسود

Ajouter les cubes de pommes de terre puis saler et poivrer.

جلسات خبز اثيرية
www.jalsat.com



3

نوري مكعب المرق في نصف لتر من الماء و مرق البصل و الزيت على النار حتى تستوي البطاطا
أزهر البصل و البصل الناعم الأبيض

Faire diluer le cube de bouillon de volailles dans un 1/2 litre d'eau puis
arroser le potage et laisser mijoter jusqu'à cuisson de la pomme de terre.
Mixer le potage et ajouter le fromage.

- 2 بطاطا
- 3 بصل
- 1 مكعب مرق الدجاج
- ملح و قشر أسود
- مكعبات لحم و زيت
- 100 غ من البصل
- مكعب زيت و مكعبون

INGRÉDIENTS

- 2 pommes de terre
- 3 oignons
- 1 cube de bouillon volailles
- Sel, poivre
- 1 cuillère à soupe de beurre
- 100 g de fromage blanc
- 1/2 bouquet de persil

جلسات جراثيم
لجمع نساء الجزائر
www.Jalasatdz.Com

جلسات جراثيم
لجمع نساء الجزائر
www.Jalasatdz.Com

عجة ايطالية Omelette italienne



في وعاء اعطي البيض مع القرع المبشور الى مزيجك صغيرا و الطماطة ثم اضيفي
الشعير المبشور الى قطع القرع

Dans un bol, battre les oeufs avec la courgette en petits dés-
frites puis ajouter la tomate en grands morceaux.



اضيفي المونتوس المبشور رقيق و الجبن المبشور و الجبن الابيض و اضيفي الخبز
Ajouter le persil ciselé, le fromage râpé et le fromage blanc.
Continuer à battre.



في الآخر اضيفي بالملح و الفلفل الاسود ثم صبي الخليط داخل قالب القرائن المدهون بزيوت
الزيتون و اضيفي الجبن المبشور و اضيفي القالب الفرن حتى تستوي العجة

A la fin, saler et poivrer puis verser le mélange dans un moule à gratin
badigeonné d'huile d'olive.

Ajouter le fromage râpé jusqu'à cuisson de l'omelette

جلسات خبز اثيرية
www.jalal.net

لجميع أسماء الزائرات

المقادير

- 8 بيض
- 1 قرع كبيرة
- 1 طماطة
- 100 غ من جبنة
- 2 ملعقة كبيرة زيت الزيتون
- ملح و فلفل أسود
- نصف باقة بصل

INGRÉDIENTS

- 8 œufs
- 1 grosse courgette
- 1 tomate
- 100 g de fromage râpé
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre
- ½ bouquet de persil

جلسات خبز اشرية
www.jalasatdz.com

جلسات خبز اشرية
www.jalasatdz.com

طاجين الدجاج بالزيتون

Tadjine de poulet aux olives

المقادير

- 300 غ صدر الدجاج
- كوب زيتون أحمر
- 4 بيض
- ملح و فلفل أسود
- جوزة الطيب
- ½ باقة معذبوس
- ملعقة كبيرة مازغرين
- كوب حن مبشور



INGRÉDIENTS

- 300 g blanc de poulet
- 1 verre d'olives vertes
- 4 œufs
- Sel, poivre
- Noix de muscade
- ½ bouquet de persil
- 1 cuillère à soupe de margarine
- 1 verre de fromage râpé



3
أضيفي الحين المبشور في الأخير و صبي
الخليط داخل قالب دائري و ادخليه فرن
درجة حرارته 180° لمدة 20 دقيقة.
Ajouter le fromage râpé en dernier et
verser le mélange dans un moule
rond puis enfourner à 180°C
pendant 20 minutes.



2
أضيفي الحين الأبيض و شلي بالملح و الفلفل
الأسود مع مواصلة الخلط.
Ajouter le fromage blanc.
Saler et poivrer en continuant
à battre.



1
في وعاء، ضعي البيض و أضيفي صدر
الدجاج المقلت و الزيتون المقطع
أخلطي جيداً.
Dans un bol, mettre les œufs puis
ajouter le blanc de poulet émietté
et les olives coupées.
Bien mélanger.

قناة سميرة
أول قناة جزائرية لفن الطبخ و الخياطة

جلسات جزائرية
www.Jalasatdz.Com



Samira^{tv}

جلسات جزائرية
لجمع نساء الجزائر

ça m'ira bien



ALÉXIS TASSIN & SYRUS

31 - شارع وزان محمد براج الكفان الجزائر
هاتف: 00 213 21 20 33 99 - 00 213 21 21 73 83
فاكس: 00 213 556 380 100
www.editionlaplume.com



Vu sur
Samira tv

Samira^{tv}

جلسات نج اشرية
www.jalasatdz.com

تجمع نساء الجزائر



CHEF

Fares

Spécial
Entrées

FARES DJIDI

جلسات نج اشرية
www.jalasatdz.com

تجمع نساء الجزائر

Edition
La Plume

